地域の防災力を高めよう

地震時は　しっかり落ち着き　身の安全（東京消防庁防災標語）

作者　森川　暢明さん　（中央区在学）

防災週間　８月３０日（金）～９月５日（木）
９月１日は防災の日です。

９月１日は、関東大震災が発生した日です。大正１２年のこの日、関東地方を中心に、人的にも物的にも甚大な被害が発生しました。毎年この日は、「防災の日」とされ、この日を中心とする「防災週間」には、全国的に防災に関する様々な行事が開催されます。

皆さんのご家庭や職場などのごく身近なところでも、町会・自治会等が主催する防火防災訓練などが行われます。東日本大震災を機に、地域住民の防災に対する意識はかつてなく高まっています。この時期をとらえ、皆さん一人ひとりがもう一度身のまわりで起こる様々な災害について考え、「自らの生命は自らが守る」という「自助」の意識のもと、地震が発生したときでも適切な行動がとれるように、防火防災訓練等に積極的に参加して防災行動力を高めるとともに、身の安全を最優先とした、地震発生時の適切な行動を定着させましょう。

また、まちぐるみで「自分たちのまちは自分たちで守る」という「共助」の意識を共有し、地域の皆さんが協力して助け合い、地震による火災などの被害を最小限にとどめるとともに、災害時に援護が必要となる方を町会、自治会、事業所などで協力して気づかうなど、地域が一体となった協力体制づくりを進め、いざというときに備えましょう。

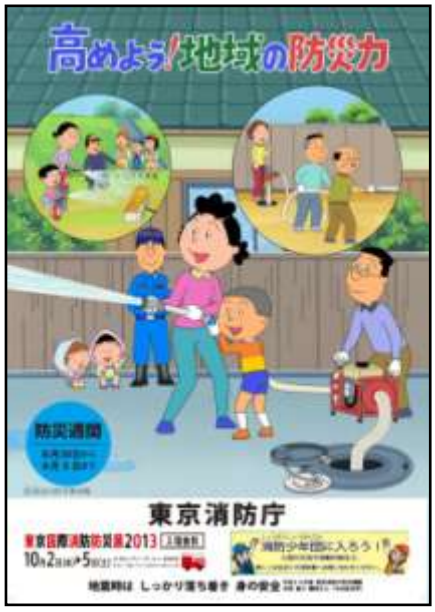
防災の日と防災週間について

９月１日を「防災の日」としたのは、大正１２年のこの日に甚大な被害をもたらした関東大震災が発生したことや、台風シーズンを迎える時期であることが主な理由とされています。

昭和３５年６月１７日の閣議了解により、広く国民に地震や台風などの災害に対する防災意識を高めてもらうため、９月１日が「防災の日」と定められました。

また、全国的に統一した行事を展開するため、昭和５７年５月１１日の閣議において「防災週間」の設置が了承され、昭和５８年５月２４日の中央防災会議決定により、毎年、８月３０日から９月５日までが「防災週間」と定めました。

防災週間においては、国、都、区市町村、関係諸機関・団体等の緊密な連携の下で、防災に関する各種行事が全国的に実施されます。



平成２５年度東京消防庁防災週間ポスター

防災訓練への参加促進

東日本大震災による教訓や首都直下地震に備えるために、「自らの生命は自らが守る」という「自助」や、まちぐるみで「自分たちのまちは自分たちで守る」という「共助」の意識を向上させることが、より重要になってきています。

平成２４年度の防火防災訓練の実施件数は、１２，３４７件、参加人員は、１，３６１，１４７人で、平成２３年度と比較して件数で１，２２７件の減少、参加人員は、２７，８５０人増加しました。人員は増加しましたが、東日本大震災を契機に訓練参加者が大幅に増加したとは言い難く、潜在的な防災に関する無関心層や、防災に関する取組みの必要性を感じながらも行動につながっていない人々がいることが推測されます。このことから、防災訓練についても工夫をして無関心層を取り込むことが必要になっていると言えます。

１　実践的な防災訓練

従来の防災訓練では、学校や大きな広場などに集まって、訓練することが多かったと思います。このような訓練は、大人数が効率的に訓練を行うには、確かに効果的でありますが、地域住民の方が自分の町で起こる災害について、正しいイメージを持ちづらいというデメリットがあります。そこで地域住民の方が住む街区を訓練場所として、「自分の家が火事になったら・・、もし隣近所が火事になったら・・」など起こりうる 災害をイメージして、隣近所の住民と協力して訓練を実施します。当庁では、このような防災訓練を、まちかど防災訓練（実際の街区を活用した小規模訓練）として、積極的に推進しています。

２　地域の消火資器材を活用した訓練

実際に首都直下地震が発生した時は、消防隊がなかなか到着しないことも考えられます。その時は、地域住民が協力して消火にあたらなければなりません。そのために地域に配置されている資器材があれば、その資器材を活用して訓練を実施します。例えば街頭消火器（訓練時には訓練用消火器で代用）、スタンドパイプ（写真１）や軽可搬消防ポンプなどです。実際に災害対応に使用する資器材を普段から訓練で使用することで、消火能力の向上が図れます。

３　多様な消防水利等を活用した訓練

首都直下地震による火災により、延焼拡大危険の高い木造住宅密集地域では、消防水利の確保も難しい現状にあります。そこで地域内にある防火水槽、消火栓、小規模水利等あらゆる水源を活用して早期に消火を行う必要があります。さらに、東京都水道局が維持管理する消火栓に準じた水道施設である排水栓（水質保全等を目的として、排水作業に使用するために排水管に設置された水栓）も有効に活用することができます。このことから、平成２４年６月７日に東京消防庁と東京都水道局との間で、上水道における排水栓の取扱い等に関する覚書を締結し、消火活動や訓練等に際し、消防隊や地域住民が使用できる環境が整いました。これらの水源を実際に使用する訓練を通じて、地域住民が「ここで火災が起きたら、この水源を使って消火しよう」と理解することができます。

４　消火資器材の整備に関する働きかけ

実際に訓練をしようにも、地域に消火資器材がない場合もあります。その場合は、各署に配置している訓練用資器材を活用して、その有効性を地域住民に認識してもらうとともに、国及び東京都などが実施する助成制度の活用による整備を働きかけてください。

事例１（小規模訓練）

日　時	平成２５年２月２７日（水）　１０時００分～１１時３０分
場　所	世田谷区北沢二丁目３７番１７号　下北沢一番街商店街事務所付近
参加機関	下北沢一番街商店街振興組合　北沢２丁目協和会　北沢３・４丁目町会　世田谷消防団
訓練概要	商店街の街路灯に設置したスタンドパイプを活用した、まちかど防災訓練（実際の街区を活用した小規模訓練）
実施内容	スタンドパイプによる消火訓練

事例２（小規模訓練の集合）

日　時	平成２４年３月４日（日）　１０時００分～１１時３０分
場　所	世田谷消防署管内１０ヶ所
参加機関	若林町会　梅ヶ丘二・三丁目町会　世田谷消防団　世田谷区役所　東京都水道局　小田急シティバス　国士舘大学
訓練概要	街区を活用した発災対応型訓練（同時多発型）
実施内容	①同時多発火災を想定した初期消火訓練　②情報収集訓練　③災害時要援護者の救護訓練　④避難所への移動訓練　⑤避難所での給水訓練

写真１

写真２

「地震　その時１０のポイント」・「地震に対する１０の備え」

東日本大震災から２年が経過し、余震を感じることも少なくなりましたが、東京はいつ大きな地震が発生してもおかしくない状態であると言われています。突然大きな地震に襲われたとき、私たちはどのような行動をとればよいのでしょうか。また、どのような備えをしておけばよいのでしょうか。

東京消防庁では、過去の震災の教訓を踏まえ、地震時にとるべき行動を「地震　その時１０のポイント」としてまとめています。

「地震　その時１０のポイント」では、地震の揺れを感じたときの行動について、テーブルの下に身を隠すなどの身の安全を図る措置を最優先とし、火の始末や出口の確保などは、揺れがおさまってからの行動としています。これは、揺れの最中に火を消すなどの行為により、転倒したり、割れたガラスや鍋のお湯でケガをする例が多いという、近年の大地震における負傷原因の分析結果によるものです。火の始末については、地震の揺れを感知しガスの供給を停止するマイコンメーターや対震自動消火装置付きのストーブの普及により、出火の危険性が低くなっていることから、揺れがおさまってから行うこととしています。

一昨年１２月には、東日本大震災の教訓を踏まえ、内容を一部見直しました。

地震時の行動については、地震の揺れを感じたときだけでなく、緊急地震速報を受信したときにも身の安全を確実に図るように行動内容を変更しました。また、東日本大震災では、特に高い階層（１０階以上）において家具類の転倒・落下・移動が多く発生したため、高い階層における注意点として、揺れが数分続く場合があることや、家具類が転倒・落下・移動する危険があることを追加しました。

地震発生後の行動については、地域の特性や災害の発生状況により、迅速に安全な場所へ避難する必要があることから、地震に伴う大規模火災・津波などの発生状況に応じた安全な避難についての項目を追加しました。

また、家具類の転倒・落下・移動防止や消火の備えなど、地震が発生する前に備えるべき項目を「地震に対する１０の備え」としてまとめ、普及を図っています。

「地震　その時１０のポイント」、「地震に対する１０の備え」は、東京消防庁ホームページで確認できるほか、リーフレットも作成していますので活用してください。

【地震　その時１０のポイント】

地震時の行動	地震だ！　まず身の安全 	・　揺れを感じたり、緊急地震速報を受けた時は、身の安全を最優先に行動する。 ・　丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。 【高層階（概ね１０階以上）での注意点】 ・　高層階では、揺れが数分続くことがある。 ・ 大きくゆっくりとした揺れにより、家具類が転倒・落下する危険に加え、大きく移動する危険がある。
地震直後の行動	落ちついて　火の元確認　初期消火	・　火を使っている時は、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をする。 ・　出火した時は、落ちついて消火する。
	あわてた行動　けがのもと	・　屋内で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。 ・　瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので外に飛び出さない。
	窓や戸を開け　出口を確保	揺れがおさまった時に、避難ができるよう出口を確保する。
	門や塀には　近寄らない	屋外で揺れを感じたら、ブロック塀などには近寄らない。
地震後の行動	火災や津波　確かな避難 	・　地域に大規模な火災の危険がせまり、身の危険を感じたら、一時集合場所や避難場所に避難する。 ・　沿岸部では、大きな揺れを感じたり、津波警報が出されたら、高台などの安全な場所に素早く避難する。
	正しい情報　確かな行動	ラジオやテレビ、消防署、行政などから正しい情報を得る。
	確かめ合おう　わが家の安全　隣の安否	わが家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。
	協力し合って救出・救護	倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を近隣で協力し、救出・救護する。
	避難の前に安全確認　電気・ガス	避難が必要な時には、ブレーカーを切り、ガスの元栓を締めて避難する。

【地震に対する１０の備え】

身の安全の備え	家具類の転倒・落下・移動防止対策をしておこう。 ・家具やテレビ、パソコンなどを固定し、転倒・落下・移動防止措置をしておく。 ・ケガの防止や避難に支障のないように家具を配置しておく。
	けがの防止対策をしておこう ・散乱物でケガをしないようにスリッパやスニーカーなどを身近に準備しておく。 ・停電に備えて懐中電灯をすぐ使える場所に置いておく。 ・食器棚や窓ガラスなどには、ガラスの飛散防止措置をしておく。
	家屋や塀の強度を確認しておこう ・家屋の耐震診断を受け、必要な補強をしておく。 ・ブロックやコンクリートなどの塀は、倒れないよう補強しておく。
初動対応の備え	消火の備えをしておこう ・火災の発生に備えて消火器の準備や風呂の水のくみ置きをしておく。
	火災発生の早期発見と防止対策をしておこう ・火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を設置しておく。 ・普段使用しない電気器具は、差込みプラグをコンセントから抜いておく。 ・電気やガスに起因する火災発生防止のため感震ブレーカー、感震コンセントなどの防災機器を設置しておく。
	非常用品を備えておこう ・非常用品は、置く場所を決めて準備しておく。 ・車載ジャッキやカーラジオなど、身の周りにあるものの活用を考えておく。
確かな行動の備え	家族で話し合っておこう ・地震が発生した時の出火防止や初期消火など、家族の役割分担を決めておく。 ・外出中に家族が帰宅困難になったり、離ればなれになった場合の安否確認の方法や集合場所を決めておく。 ・家族で避難場所や避難経路を確認しておく。 ・普段の付き合いを大切にするなど、隣り近所との協力体制を話し合っておく。
	地域の危険性を把握しておこう ・地域の防災マップに加えて、わが家の防災マップを作っておく。 ・自分の住む地域の地域危険度を確認しておく。
	防災知識を身につけておこう ・新聞、テレビ、ラジオやインターネットなどから、防災に関する情報を収集し、知識を身につけておく。 ・消防署などが実施する講演会や座談会に参加し、過去の地震の教訓を学んでおく。
	防災行動力を高めておこう ・日頃から防災訓練に参加して、身体防護、出火防止、初期消火、救出、応急救護、通報連絡、避難要領などを身に付けておく。

（震災対策課）

わが家の地震に対する備えを確認しよう

１　地震による負傷要因

近年発生した地震被害では負傷者の３～５割の方々が屋内における家具類の転倒・落下によって負傷していることが判明しています。地震時にはテレビ、電子レンジなどの家電製品の転倒・落下・移動（以下「転倒等」という。）や、本棚やタンス、食器棚などの大きな家具が転倒等することがあります。

また、平成２３年３月の東日本大震災を受け、東京消防庁が実施した調査では、家具類の転倒等が高層階ほど多く発生している傾向が確認されました。この原因の一つに長周期地震動の影響が考えられることから、東京消防庁では、長周期地震動を含む地震に対する高層階の室内安全対策専門委員会を設置し、高層階等における家具類の転倒等防止対策を検討しました。

その中で、高層階において長周期地震動が発生した場合には、大きくゆっくりとした揺れにより家具類の「移動」が生じる可能性があり、本委員会で、高層階における家具類の転倒・落下に加え、新たに「移動」防止対策を中心に検討を行いました。

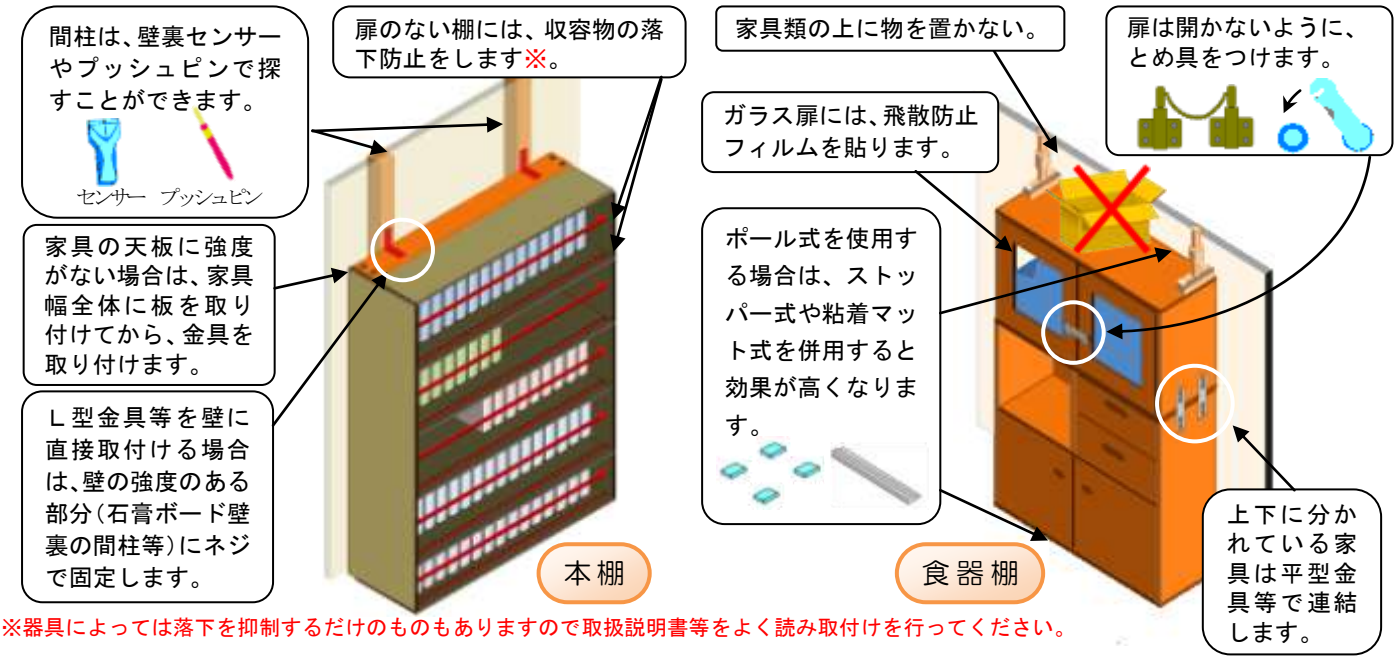
地震により家具類が転倒等をして下敷きになるほか、移動した家具類が衝突して負傷したり、転倒等した家具類が出入口を塞いで避難障害を発生させる危険性があります。

また、家具類がストーブなどに転倒等して出火するなど、二次的な被害も引き起こします。ご自分やご家族の負傷を防止し、避難障害の発生を防ぐためには、家具類の転倒等防止対策が非常に大切です。

建物は
大丈夫でも室内は、

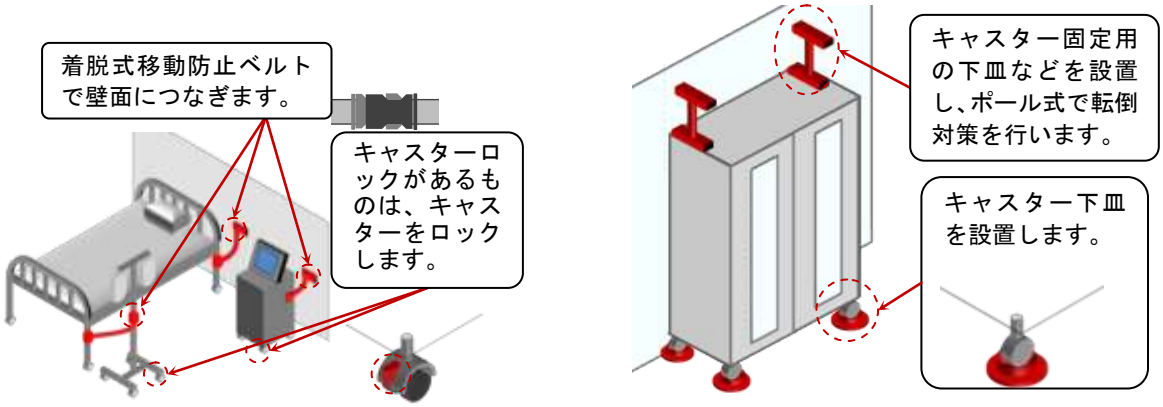
家具類が転倒！

２　転倒・落下防止対策実施例



※器具によっては落下を抑制するだけのものもありますので取扱説明書等をよく読み取付けを行ってください。

３　移動防止対策実施例



４　地震に備える

東京消防庁では、地震時の負傷者を減らすため、現在、家具類の転倒・落下・移動防止対策を推進し、各ご家庭や事務所の安心と安全の向上を呼びかけています。

家具類の転倒・落下・移動防止対策チェックリスト

☐　寝室やリビングなど、長い時間居る場所にある家具には、転倒等防止対策をしている。
☐　ポール式（つっぱり棒）で固定している家具には、家具の下側にストッパー式器具（くさび型で、家具を壁側に傾斜させる器具）や粘着マットを併用している。
☐　ポール式（つっぱり棒）を使用する際、天井に強度がない場合は、器具上部と天井との間に当て板を入れて補強をしている。
☐　Ｌ型金具で家具を固定する場合は、壁内の間柱など、強度がある部分にネジ止めをしている。
☐　家電製品は、取扱説明書に従い転倒防止を行っている。
☐　テレビや電子レンジなどは本体を台に固定するとともに、台も壁や床などに固定している。
☐　家具や冷蔵庫の上に落下しやすい物を置いていない。
☐　重い物はできるだけ下に収納している。
☐　家具が転倒等しても、逃げ道を塞がない置き方をしている。
☐　窓ガラスの近くに、大型の家具や家電製品を置いていない。
☐　ガラス扉のある家具には、収納物が飛び出さないよう、扉に開放防止器具をつけたり、割れたガラスが飛散しないようフィルムを張っている。
☐　キャスター付きの家具類に移動防止対策をしている。

（防火管理課）

従業員等を守る「事業所防災計画」を作成しましょう

平成２３年３月に発生した東日本大震災では、ターミナル駅や幹線道路に多くの帰宅困難者があふれ、大きな混乱が生じました。災害発生後、すぐに帰宅しようとすると混乱による二次災害や余震等で被害に遭う可能性があり大変危険です。また、道路や歩道が多くの人で埋まると消防車両が速やかに現場に到着出来ず消火活動や救助活動に支障をきたします。

事業者は、従業員、児童、生徒等及び他の在館者（以下「従業員等」という。）を守るため、新たに制定された東京都帰宅困難者対策条例等を踏まえた安否確認手段の確保や、一斉帰宅の抑制などの事前対策について、都や区市町村が作成する地域防災計画を基準とした、事業所単位の防災計画（事業所防災計画）を作成し、首都直下地震等に備えるようにしましょう。

◆　事業所防災計画とは

事業所防災計画は、東京都震災対策条例第１０条に基づき地震の被害を軽減するため事業所単位で作成する防災計画です。

都内の事業者は、**①震災に備えての事前計画、②震災時の活動計画、③施設再開までの復旧計画**について定めることとされています。

１　「帰宅困難者対策」を推進しましょう！

事業所防災計画に規定する事項は「東京都震災対策条例に基づく事業所防災計画に関する告示」（以下「告示」という。）に定められています。事業者は、帰宅困難者対策のために次の事項についての対策を立て、事業所防災計画に定めておく必要があります。

①　家族等との安否確認

- 従業員等に安否確認手段の周知及び利用啓発
- 複数の連絡手段の確保

②　一斉帰宅の抑制

- 従業員等にむやみに移動を開始しないことの周知
- 事業所内の安全な待機場所の確保

２　「事業所防災計画」を見直しましょう！

地震による災害から一人でも多くの生命及び財産を守るためには、まず第１に「自らの生命は自らが守る」という自己責任の原則による自助の考え方、第２に他人を助けることができる、都民の地域における助け合いによって「自分たちのまちは自分たちで守る」という共助の考え方、この２つの理念に立つ都民と公助の役割を果たす行政とが、それぞれの責任と役割を明らかにした上で、連携を図っていくことが欠かせません。

事業所防災計画を既に作成している事業所については、帰宅困難者対策を追加するとともに、東日本大震災の教訓を踏まえ、新たな被害想定に基づき修正された東京都地域防災計画を基準に、事業所防災計画を見直しましょう。

また、東京都都市整備局から平成２５年５月１０日に公表された、被害想定に基づき見直された避難場所や避難道路を確認し、事業所防災計画に反映させましょう。

３　周辺地域の事業所、住民等との連携と協力

震災時には、自らの事業所の自衛消防隊と隣接事業所や防災市民組織、住民等と連携し、消火作業や救出、救護活動、資器材の援助等を協力して行うことで被害の拡大を最小限に防ぐことができます。

防災市民組織、地域住民等との協定を事前に取り決めておくなど、地域における相互協力体制を構築しておくことが大切です。

４　事業所防災計画の作成及び届出

事業所防災計画はすべての事業所で作成する必要がありますが、事業所の形態に応じて、単独に事業所防災計画を作成する場合と消防計画または予防規程に事業所防災計画の内容を定める場合があります。

なお、消防計画または予防規程に事業所防災計画の内容を定める場合は、消防署への届出等が必要となります。

事業所の形態		事業所防災計画の作成要領	届出等
一　般 事業所	消防法第３６条に定める、**防災管理者の選任が必要な事業所**	防災管理に係る消防計画の中に必要な事項を定めます。	必要
	消防法第８条及び火災予防条例第５５条の３に定める、**防火管理者の選任が必要な事業所**	防火管理に係る消防計画の中に事業所防災計画に規定すべき事項を定めます。	必要
	上記以外の事業所（小規模事業所）	単独に事業所防災計画を作成します。	不要
危険物施設を有する事業所	消防法第１４条の２に定める、**予防規程の作成が必要な危険物施設**	予防規程の中に事業所防災計画に規定すべき事項を定めます。	必要
	上記以外の危険物施設	単独に事業所防災計画を作成します。	不要

事業所防災計画を作成する上での参考冊子のご案内

東京消防庁のホームページに冊子「職場の地震対策」(ＰＤＦファイル)を掲載していますのでご活用下さい。

東京消防庁ホームページ　http//www.tfd.metro.tokyo.jp

(ホームページ内を以下のメニューに沿って進んでください。)

トップページ⇒「安心・安全」⇒「事業所向けアドバイス」⇒「職場の地震対策」